

食育に関するアンケート

2022年06月21日08:54 現在

有効回答者数: 1264名

設問: 年代

選択項目	回答件数	割合	
10代	2件	0%	
20代	27件	2%	
30代	102件	8%	
40代	257件	20%	
50代	376件	30%	
60代	195件	15%	
70代	175件	14%	
80代～	67件	5%	
不明	63件	5%	

設問: 性別

有効回答者数: 1264名

選択項目	回答件数	割合	
男性	615件	49%	
女性	593件	47%	
不明	56件	4%	

設問: あなたは、「食育」に関心がありますか

※「食育」とは、健全で豊かな食生活を実現するため、心身の健康の基本となる「食」について、子どもの頃から考える習慣を身に付けるよう、「食」の選び方、組み合わせ方、食べ方、調理法、作物の生育等に関する知識や技術を習得することです。

有効回答者数: 1264名

選択項目	回答件数	割合	
関心がある	451件	36%	
どちらかといえば関心がある	596件	47%	
どちらかといえば関心がない	124件	10%	
関心がない	65件	5%	
わからない	28件	2%	

設問: あなたは、1日3食食べていますか

有効回答者数: 1264名

選択項目	回答件数	割合	
ほぼ毎日食べる	995件	79%	
週4～5日食べる	103件	8%	
週2～3日食べる	54件	4%	
1日3食食べることはほとんどない	112件	9%	

設問: あなたは、朝食を1週間にどの程度食べていますか

有効回答者数: 1264名

選択項目	回答件数	割合	
ほぼ毎日食べる	1030件	81%	
週4～5日食べる	91件	7%	
週2～3日食べる	53件	4%	
ほとんど食べない	90件	7%	

設問: 主食・主菜・副菜をそろえたバランスの良い食事の頻度はどのくらいですか

※主食（ごはん・パン・めんなど）、主菜（肉・魚・卵・大豆製品を使った料理）、副菜（野菜・きのこ・いも・海草などを使った料理）

有効回答者数: 1264名

選択項目	回答件数	割合	
おおむね1日3食	311件	25%	
おおむね1日2食	469件	37%	
おおむね1日1食	388件	31%	

1週間に数回	79件	6%	
1週間に1回も食べない	17件	1%	

設問: あなたは、野菜料理をどの程度食べていますか
 ※例: 目安として小鉢1つ程度（お浸し、サラダなど）

有効回答者数: 1264名

選択項目	回答件数	割合	
おおむね1日3食	249件	20%	
おおむね1日2食	508件	40%	
おおむね1日1食	420件	33%	
1週間に数回	72件	6%	
野菜料理はほとんど食べない	15件	1%	

設問: あなたは、塩分をとり過ぎないように気をつけていますか

有効回答者数: 1264名

選択項目	回答件数	割合	
充分気をつけている	227件	18%	
どちらかといえば気をつけている	732件	58%	
どちらかといえば気にしていない	251件	20%	
全く気にしない	54件	4%	

設問: あなたは、普段ゆっくりよく噛んで食べていますか

有効回答者数: 1264名

選択項目	回答件数	割合	
ゆっくりよく噛んで食べている	149件	12%	
どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べている	455件	36%	
どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べていない	524件	41%	
ゆっくりよく噛んで食べていない	136件	11%	

設問: 生活習慣病の予防や健康づくりのためにあなたは食生活や運動に気をつけ、適正体重の維持を実践していますか

有効回答者数: 1264名

※適正体重とは…「身長（m）×身長（m）×22」で算出される標準体重のこと。

例：身長165cmの場合の適正体重は $1.65 \times 1.65 \times 22 = 59.8\text{kg}$ となります。

選択項目	回答件数	割合	
いつも気をつけて実践している	240件	19%	
どちらかと言えば気をつけて実践している	598件	47%	
あまり気をつけて実践していない	347件	27%	
全く気をつけて実践していない	79件	6%	

設問: あなたは、朝食または夕食を家族や知人等と一緒に食べることが週に何回ありますか

有効回答者数: 1264名

選択項目	回答件数	割合	
ほとんど毎食	586件	46%	
週に13回～10回	170件	13%	
週に9回～6回くらい	171件	14%	
週に5回～2回くらい	139件	11%	
週に1回くらい	67件	5%	
ほとんどない	131件	10%	

設問: あなたは、健康に悪影響を与えないようにするために、どのような食品を選択すると良いか、どのような調理が必要かについてどの程度判断をしていますか

有効回答者数: 1264名

※食中毒、食品表示、健康食品など

選択項目	回答件数	割合
------	------	----

いつも判断している	261件	21%	
ある程度判断している	752件	59%	
あまり判断していない	209件	17%	
全く判断していない	42件	3%	

設問: あなたは、この1年間で野菜づくりや水産に親しむ体験をしましたか(複数回答可)

有効回答者数: 1264名

選択項目	回答件数	割合	
種まきから収穫までしたことがある。(家庭菜園・プランター栽培含む)	342件	27%	
収穫体験など部分的にしたことがある(芋掘り体験や観光農園での摘み取りなど)	144件	11%	
ノリすき体験、釣り、潮干狩り、観光地引網など	61件	5%	
その他(50字以内)	14件	1%	
体験していない	793件	63%	

設問: あなたは、郷土料理(※1)や伝統食、行事食(※2)など地域や家庭で受け継がれてきた料理や、作法(箸づかいなどの食べ方)等を知っていますか

※1千葉県郷土料理 …太巻き寿司、なめろう、さんが焼き、落花生みそ等

有効回答者数: 1264名

※2伝統食、行事食の例 …正月(おせち・雑煮・七草粥等)、節分(まめ等)、桃の節句(ひな菓子、五目すし等)

選択項目	回答件数	割合	
知っている	829件	66%	
知らない(→Q14へ)	435件	34%	

設問: 【Q12で「知っている」と回答した方に伺います】

あなたは、郷土料理や伝統食、行事食など、地域や家庭で受け継がれてきた料理や作法などを次世代(子どもやお孫さんを含む)に対して伝えていますか

有効回答者数: 837名

選択項目	回答件数	割合	
伝えている	363件	43%	
伝えていない	332件	40%	
該当しない	142件	17%	

設問: あなたは、食品ロス削減のために取り組んでいることはありますか。(複数回答可)

有効回答者数: 1264名

選択項目	回答件数	割合	
残さず食べる	899件	71%	
食べきれる量を購入・調理する	783件	62%	
商品は手前にある賞味期限が近いものから購入する	275件	22%	
自宅にある食材の在庫や期限表示をこまめに確認する	512件	41%	
冷凍保存を活用する	722件	57%	
飲食店では注文しすぎない	398件	31%	
取り組んでいない	31件	2%	